

A COVID-19 járvány hatása Magyarországon az élet különböző területeire (munka, magánélet, egészségi és mentális állapot)

The impact of COVID-19 pandemic on different areas of life in Hungary (work, private life, health and mental state)

VIDA V¹. - POPOVICS P².

Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar, Gazdálkodástudományi Intézet,
vida.viktoria@econ.unideb.hu
Debreceni Egyetem Gazdaságtudományi Kar, Gazdálkodástudományi Intézet,
popovics.peter@econ.unideb.hu

Absztrakt

A COVID-19 járvány óriási hatást gyakorolt az egész világra, azon belül a magyar lakosságra is. A kialakult helyzet rengeteg új korlátozással, szigorítással járt, és ennek következményeivel is meg kellett birkózni, amely az életmódunkra is hatással volt. Éppen ezért úgy gondoltuk, hogy érdemes lenne felmérni a lakosság körében, hogy ki hogyan reagált erre a kialakult helyzetre, milyen hatások érték, történt-e változás az életében. Az élet különböző területein vizsgáltuk meg a megkérdezettek véleményét, úgy, mint a magánélet, személyes kapcsolatok változása, munkahelyi szokások változásának bemutatása, valamint az egészségi és mentális állapotra gyakorolt hatások, de kíváncsiak voltunk az újonnan kialakult jó és rossz szokásokra egyaránt. A megkérdezés módszere kérdőíves felmérés volt, melyet online juttattunk el a megkérdezettekhez (n=362). A mintából kapott eredményeket kiértékeltek, leíró statisztikai elemzésnek vetettük alá, majd az összefüggések bemutatására keresztábrák (crosstabs) vizsgálatot végeztünk el a háttérváltozók alapján (nem, az életkor, az iskolai végzettség, a foglalkozás, és a jövedelem). A minta eredményei nem reprezentatívak, de jól ábrázolják, összefoglalják a kialakult helyzetet.

Kulcsszavak: COVID-19, a munka hatása, egészség, hangulat, kapcsolatok, szokások, home office

Abstract

The COVID-19 epidemic had an enormous impact on the entire world, including the Hungarian population. The situation was accompanied by numerous new restrictions, strict regulations, and their consequences had to be dealt with, which also affected the life of everyone. Therefore, it was considered that it would be worthwhile to assess the different reactions to this situation among the population, what effects the people had to face and whether there was a change in their lives. The opinions of respondents on different areas of life was surveyed, such as private life, changes in personal relationships, introduction of changes in workplace habits, and the effects on health and mental state. Also the survey intended to reveal newly developed good and bad habits. The survey method was a questionnaire-based survey, which was delivered to the respondents online (n=362). The results obtained from the sample were evaluated, subjected to descriptive statistical analysis, and then crosstabs were performed based on background variables (gender, age, educational attainment, occupation, and income) to present correlations. The results of the sample are not representative, but they properly represent and summarize the situation.

¹ ORCID azonosító: <https://orcid.org/0000-0002-1213-8213>

² ORCID azonosító: <https://orcid.org/0000-0002-3583-3534>



Keywords: COVID-19, impact of work, health, mood, relationships, habits, home office
JEL-Kód: I12

Bevezetés

A Kínai Népköztársaság Hubei tartományából induló új koronavírus SARS-CoV-2 (koronavírus betegség 2019; korábban 2019 - nCoV) jelenlegi járványa sok más országban elterjedt. 2020. január 30-án a WHO Vészhelyzeti Bizottsága globális egészségügyi vészhelyzetet hirdetett, az egyre növekvő esetek bejelentési aránya alapján a kínai és több nemzetközi helyszínen (*Velavan – Meyer, 2020*).

A WHO 2020. március 12-én nyilvánította világjárványnak a koronavírus (*Liu et al., 2020*). Pár hónap múlva, 2020 júniusában a WHO (2020) világszerte összesen több mint 9 millió esetet erősített meg és mintegy 480 ezer halálesetet regisztrált (*Carteni et al., 2020*).

A legfrissebb adatok szerint a világon 95 091 565 ember fertőződött meg a koronavírus-járványban, a halálos áldozatok száma 2 031 948 fő, a gyógyultaké pedig 52 363 203 fő a baltimore-i Johns Hopkins Egyetem 2021. január 18-i adatai szerint. A SARS-CoV-2 vírus okozta COVID-19 nevű betegség az Egyesült Államokat sújtja leginkább, ahol 23 936 773 fő fertőzött volt eddig a napig (*Internet 1.*).

A világot régóta nem látott sokkhatásként érte a 2019-ben induló COVID-19 járvány. Bár eleinte sokan nem hitték, hogy ez egy kiterjedt, világszintű probléma lesz.

Míg a közelmúltban a tudományos közösség elsősorban az egészségügyi kérdésekre összpontosított, hogy legyőzze ezt a vírust, a szakirodalomban a COVID-19 eseteit igyekeznek korrelálni egyéb kulcsfontosságú területekkel (*Carteni et al., 2020*). Mint például a meteorológiai változók (*Qi et al., 2020; Shi et al., 2020; Tosepu et al., 2020; Y. Wu et al., 2020; Zhu, 2020; Xie, 2020*), a levegő minőségével kapcsolatban (*Conticini et al., 2020; Pluchino et al., 2020; X Wu et al., 2020*). Az életmóddal, a táplálkozással összefüggésben több hasonló tanulmány is született (*Sánchez-Sánchez et al., 2020; Cheikh Ismail et al., 2020; Pellegrini et al., 2020*). *Alhusseini – Alqahtani, 2020* tanulmányában a COVID-19 hatására megváltozott étkezési szokásokkal foglalkozott a lakosság körében (n=2401), mely keretében bemutatták mekkora volt az otthoni főzés és az ételrendelés aránya, hogyan változott a napi tápanyagbevitel, honnan és milyen gyakorisággal vásároltak élelmiszert. Hasonlóan a táplálkozási, vásárlási és fogyasztási szokásokat elemezte *Sidor – Rzymiski (2020)* egy lengyel tanulmányban (n=1097), melyben kitértek az alkohol és dohányzási szokások változására is. *Reyes-Olavarría et al (2020)* chilei lakosság körében végzett tanulmány (n=700) az étkezési, táplálkozási szokások mellett a fizikai aktivitást vizsgálta meg. Szintén a fizikai aktivitással keresett összefüggéseket (*Antunes et al., 2020; Martínez-De-Quel et al., 2021*). *Vicario-Merino - Muñoz-Agustín (2020)* spanyolországi tanulmányában (n=200) a megkérdezettek lelki állapotra és egészségügyi állapotára kérdeztek. Az olaszországi karantén ideje alatt készült az a tanulmány (*DI RENZO et al, 2020*), amely célja az volt, hogy összefüggéseket keressen az étkezési szokások, a mentális és érzelmi hangulat között.

Ezeket a kutatásokat alapul véve készítettük el a saját vizsgálati szempontjainkat, így a jelen tanulmányunk célja, hogy bemutassuk a karantén lezárás (lock down) ideje alatt hogyan változtak meg hazánkban a vizsgált mintacsoport munkahelyi-, magánéleti szokásai, és az egészségügyi, mentális/érzelmi helyzetük.

Összegzésként megállapíthatjuk, hogy az új helyzet, a fentebb említett változások, a vírustól való félelem alapvetően megváltoztatja a vásárlási szokásokat, ez pedig befolyásolja a fogyasztók vásárlási döntéseit, annak folyamatát (*Meißner et al., 2020; Sheth, 2020; Soós, 2020*).

1. Anyag és módszertan

A COVID-19 járvány óriási hatást gyakorolt a magyar lakosságra, rengeteg új korlátozással, és ennek következményeivel kellett megbirkózni, amely az életmódunkra is hatással volt. A jelen tanulmány célja a magánéleti és munkahelyi szokások változásának bemutatása, valamint az egészségi és mentális állapotra gyakorolt hatások elemzése volt. Ennek vizsgálatára a közösségi média lehetőségek felhasználásával 2020. június-július hónapban kérdőíves felmérést végeztünk. A kérdőívet online juttattuk el a megkérdezettekhez. A kérdőív 41 kérdést tartalmazott. A kapott minta 362 fős, a válaszok

érvényesek voltak, így a vizsgálatba az összes válasz bevonható volt. A kérdőív nem reprezentatív, de a nagy elemszám miatt a gyakorlatban is jól hasznosítható megállapításokat lehet tenni.

A kérdőív első blokkjában a háttérváltozókat helyeztük el. A háttérváltozók vizsgálatokor megállapíthatjuk, hogy:

- A nemet tekintve a sokaság 76%-a nő, és 24%-a férfi volt.
- Az életkor szerint 0-18 éves korosztály 1,1%, a 19-29 éves korosztály 29,3%, a 30-39 éves korosztály 28,7%, a 40-49 éves korosztály 27,1%, az 50-64 éves korosztály 12,4%, a 65 év feletti aránya pedig 1,4% volt. Így a munkaképes korúak aránya 98,6% volt a kérdőívet kitöltők között.
- Lakóhely tekintetében 7,5%-a a fővárosban él, 63%-a megyeszékhelyen él, 17,4%-a 10.000 fő feletti lakossal rendelkező településen él, és 12,2%-a 10.000 fő alatti lakossal rendelkező településen él.
- Az iskolai végzettséget vizsgálva megállapítható, hogy a legnagyobb számban a felsőfokú végzettségűek töltötték ki a kérdőívet (66%), a középfokú végzettségűekkel együtt (31,2%). Az általános iskolai végzettség 1,7%-al elenyésző volt, akárcsak az egyéb kategóriát (1,1%) megjelölő megkérdezett.
- A jövedelmi helyzet szerinti megoszlást tekintve nagy szórást mutatnak a válaszadók az egy főre jutó nettó jövedelem szerint. Az 50.000 Ft alatti 3%-a, az 50.000-100.000 Ft között a 11%-a, 100.000-150.000 Ft között a 15,7%-a, 150.000-200.000 Ft között 23,5%-a, 200.000-300.000 Ft és 300.000 Ft fölött pedig 19,9%-19,9%-a volt a megkérdezetteknek. A válaszadók 6,9%-a nem válaszolt erre a kérdésre (nem volt kötelező kérdés).

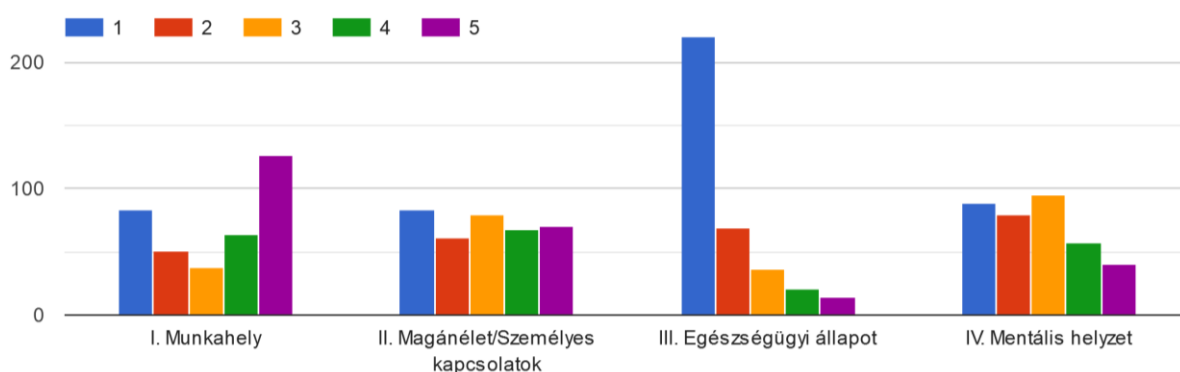
A kérdőív a szegmentáló kérdéseken (háttérváltozók) túl 4 fő témakör köré csoportosult: munka és munkahely, magánélet/személyes kapcsolatok, egészségügyi állapot, és mentális állapot helyzetének vizsgálata. Ezt a struktúrát fogjuk követni az elemzésünk során is. Az adatfeldolgozás SPSS és Excel szoftverek segítségével történt. A leíró statisztikai elemzést követően keresztábrák (crosstabs) összefüggésvizsgálatot végeztünk el a nem, az életkor, az iskolai végzettség, a foglalkozás, és a jövedelem alapján. A kérdések között állításaink is voltak, melyekkel a megkérdezettek attitűdjére, a jellemző magatartási mintáira kérdeztünk rá, így elsősorban feleletválasztós és Likert-skálás kérdéseket alkalmaztunk. A skála jellegű kérdések vizsgálatára két egyéb módszert is alkalmaztunk. A lowest to boxes a két legkedvezőtlenebb eredményt (1 és 2 válaszok), míg a top 2 boxes a két legkedvezőbb válasz (4 és 5 válasz) (Szakály-Szabó G., 2009). Ez a módszer lehetőséget ad arra, hogy a kérdésre adott válaszok alapján homogén csoportokat képezzünk, amely jobban kifejezi a fogyasztók véleményét.

Az eredmények bemutatása után következtetéseket vontunk le, illetve javaslatokat fogalmaztunk meg. Mivel a COVID-19 járvány még mindig tart, adatainkat a jövőben további lakossági vizsgálatokkal célszerű bővíteni, illetve érdekes lehet esetleg más országban ugyanezen kérdőívre kapott eredményekkel is összevetni.

2. Eredmények

Az eredmények értékelése során a kérdőív tematikájának, kérdéseinek sorrendjét vettük alapul. A kérdést gyakran önállóan elemeztük, illetve ahol lehetőségünk volt, ott keresztábrák eredményeket is bemutattunk. A kérdőív négy fő területe a munkahely, magánélet/személyes kapcsolatok, egészségügyi állapot, és mentális állapot. A munkahelyi környezet elemzése előtt feltettünk egy általános kérdést a megkérdezettek számára, mely a COVID-19 járvány hatását mérte fel az élet különböző területeit vizsgálva. A válaszlehetőségek 1-5-ig terjedtek, ahol 5-ös érték volt a legjelentősebb hatás kifejezésére, míg 1-es érték, ha egyáltalán nem volt hatással az adott területre.

Kérem, 1-5-ig terjedő skálán értékelje, hogy milyen hatással volt az Ön életére a COVID-19 járvány?
(1 – egyáltalán nem volt hatással, 5 – jelentős hatással volt)



1. ábra: A COVID-19 járvány hatása az élet különböző területeire
Figure 1: The impact of COVID-19 to different areas of life

Forrás: saját készítés a kutatás adatai alapján, 2020

Az 1. ábra adatai alapján jól látható, hogy a válaszadók megítélése szerint a munkahelyi környezetre volt leginkább hatással a járvány, és az is szembetűnő, hogy az egészségügyi állapotokra úgy vélték, egyáltalán nincs hatással. A magánélet/személyes kapcsolatok területén minden válaszlehetőség kiegyenlítetten jelent meg. A többség mentális állapotában nem következett be változás, kevés válaszadó (41 fő) jelölte meg azt a választ, miszerint a járvány jelentős hatással volt a mentális állapotára. Összességében azt mondhatjuk, hogy a munkahelyi és személyes kapcsolatok terén érezte a járvány leginkább a hatását a megkérdezettek körében.

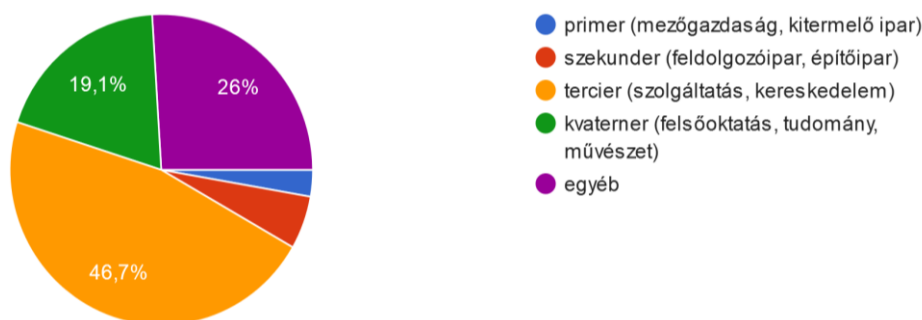
2.1. Munkahelyi környezet

A munkahelyi környezet elemzése során az első kérdés arra vonatkozott, hogy melyik szektorba sorolná magát a válaszadó a munkahelyét, foglalkozását tekintve (2. ábra). A 2. ábra alapján megállapítható, hogy a legtöbb válaszadó a terciér (46,7%), azaz szolgáltató kereskedelem szektorba sorolta magát, illetve magas volt még az egyéb kategória válaszadóinak aránya is (26%). A kvaterner (felsőoktatás, tudomány, művészet) a harmadik legjelentősebb szektor (19,1%), míg a szekunder (feldolgozóipar, építőipar) szektor képviselőinek részaránya 5,5%, a primer (mezőgazdaság, kitermelő ipar) pedig 2,8%-os részarányal képviselteti magát. Ebből azt a következtetést vonhatjuk le, hogy a terciér és a kvaterner szektorba tartozott a válaszadóink kétharmada, és ebben a két szektorban van elméleti lehetőség az otthonról végezhető munkára, azaz a home office-ra. A primer és szekunder szektor dolgozói számára nincs meg ez a lehetőség, hiszen közvetlen emberi kontaktus szükséges a szektorban végzendő munkára.

Ezek az alapvető munkahelyek mintegy rizikófaktorra váltak a COVID-19 járvány idején. Világviszonylatban emberek milliói nem képesek alkalmazni az izolációt, a karantént vagy a home office-t, mert olyan ágazatban dolgoznak, ahol ez nem lehetséges, például a bankokban, a mezőgazdasági termelésben, tömegközlekedési járművezetők, közegészségügyi dolgozók, egészségügyi dolgozók és építőipari munkások esetében (WHO, 2020).

Milyen szektorba sorolható az Ön munkahelye?

362 válasz



2. ábra: A megkérdezettek szektor szerinti összetétele

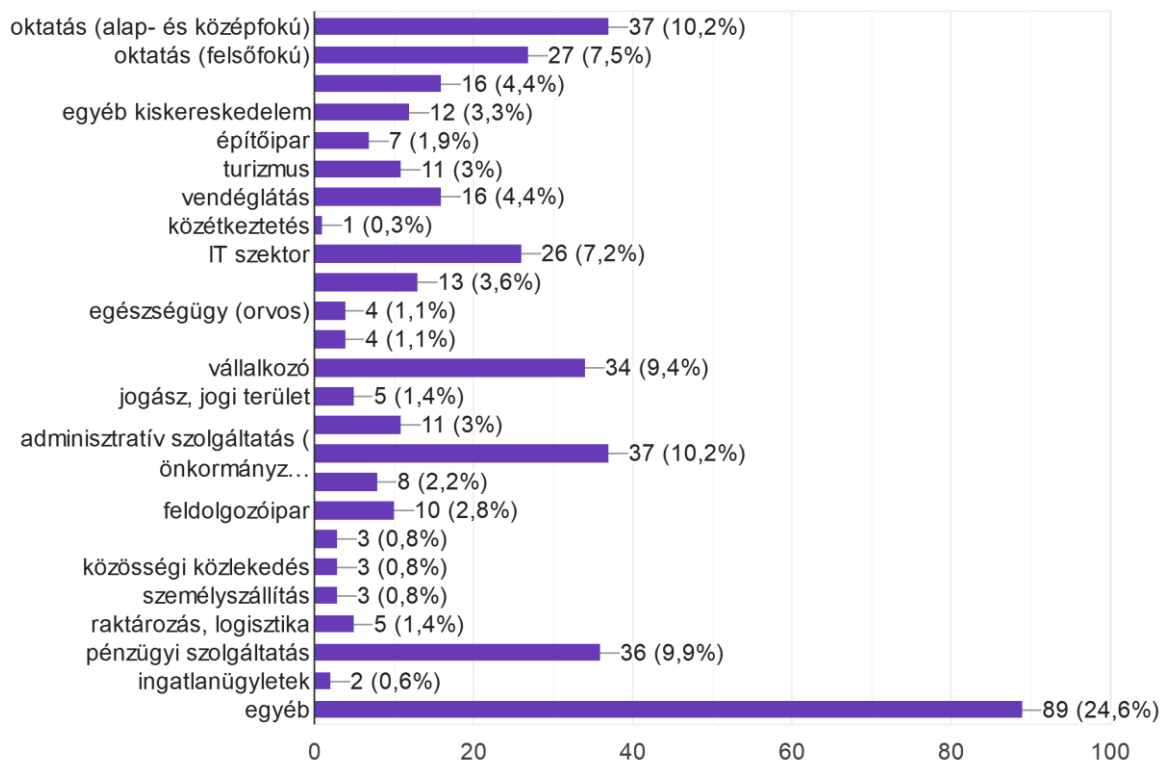
Figure 2: Composition of respondents by sector

Forrás: saját készítés a kutatás adatai alapján, 2020

A munkahelyi szektorok meghatározása után pontosabban szeretnénk volna megvizsgálni, hogy a megkérdezettek milyen foglalkozási területen dolgoznak (3. ábra).

Melyik kategóriába besorolható az ön foglalkozása?

362 válasz



3. ábra: A megkérdezettek foglalkoztatási terület szerinti megoszlása

Figure 3: Distribution of respondents by field of employment

Forrás: saját készítés a kutatás adatai alapján, 2020

A kérdőívet kitöltők között az alap- és középfokú oktatás és az adminisztratív szolgáltatás (önkormányzat/hivatali munka) területén (10,2-10,2%), a pénzügyi szolgáltatás területén (9,9%) és vállalkozóként tevékenykedők (9,4%) voltak a legtöbben. Illetve még a felsőfokú oktatás (7,5%) és az

IT szektor képviselői (7,2%) voltak leginkább jelen a válaszadók között. Legkevesebben az ingatlanügyletek (0,6%), a közösségi közlekedés (0,8%) és személyszállítás (0,8%) területéről voltak. A megkérdezettek közül a legtöbben alkalmazotti beosztásban dolgoztak (68%), 11%-uk volt vezető beosztásban, 9,7% vállalkozó, 3,3%-uk munkanélküli volt. A fennmaradó néhány százalék a nyugdíjasok, diákok és az egyéb beosztásban dolgozók között oszlott meg.

Arra a kérdésre, hogy milyen munkarend szerint dolgoznak, szintén a sokaság kétharmada (66%) jelölte meg azt a választ, hogy teljes munkarendben (napi 8 óra, vagy heti 40 óra) dolgozik, részmunkaidőben (napi 2, 4 vagy 6 órában) 7,2% dolgozik, és egyéni időbeosztás szerint végzi tevékenységét a válaszadók közel 15%-a. Összességében a kérdőív kitöltők kétharmada teljes munkarendben dolgozó alkalmazott volt.

A legtöbb válaszadónak (86,7%) nem történt változás a munkahelyén a munkarendben a COVID-19 járvány idején, mindössze 8,6%-uk válaszolt igennel a kérdésre. A kérdőívet kitöltők közel 66%-nak volt lehetősége „home office”-ban dolgozni a COVID-19 járvány karantén időszaka alatt, és ebből 32,3%-nak nem is okozott gondot az átállás, 18,5%-nak az elején nehézkes volt, de hamar belerázódott. A kérdőív kitöltők 14,6%-nak a teljes időszak nehézkes volt, mert a „home office” csak félmegoldást jelentett. Az otthoni munkavégzés lehetőségét keresztábrás elemzéssel összevetettük a nemek arányával, és azt az eredményt kaptuk, hogy a „home office”-ban dolgozók 74,5%-a nő volt, és 25,5% volt férfi.

A megkérdezettek közül, akiknek volt lehetősége „home office”-ban dolgozni, megkérdeztük, hogy változott-e az időbeosztása a „home office”-nak köszönhetően. A válaszadók 21,5%-a azt mondta, hogy így több időt vesz igénybe a munkája, 17,7% úgy értékelte, hogy több ideje maradt magára, és 27,1% úgy vélte, hogy semmit nem változott a COVID-járvány ideje alatt az időbeosztása. Keresztábrás elemzéssel azt az eredményt kaptuk, hogy a 275 női válaszadóból 42 főnek romlott, míg 33 főnek javult a hatékonysága, míg a 87 férfi válaszadóból 19 főnek javult és 15 főnek romlott ezidő alatt a hatékonysága, a többi válaszadónak nem változott semmit a munkavégzés hatékonysága.

Arra a kérdésünkre, hogy „Mennyi időt vett átlagosan igénybe Önnek a munkába járás és a hazautazás naponta összesen a COVID-19 járvány kitörése előtt?” a válaszadók közel fele (47%-a) azt jelölte meg, hogy kevesebb, mint fél órát vett igénybe az utazás, 32,9%-ának 0,5-1 óra közötti volt ez az idő, míg 15,7%-nak volt 1-2 óra közötti idő. A megkérdezettek elenyésző, 3%-nak 2-3 óra, és a fennmaradó 1,4%-nak 3 óránál is több volt a munkába járás ideje. Ezt követően arra kérdeztünk rá, hogy mi történt ezzel az idővel a lezárás (lock down) ideje alatt. Azt az eredményt kaptuk, hogy a megkérdezettek 32,9%-nak felszabadult ez az idő, és magára fordíthatta, 26%-nak felszabadult ez az idő, de valamilyen egyéb feladata elvégzésére hasznosította, és 16,6%-nak munkára fordítódott ez az idő is.

A következő kérdésünk arra irányult, hogy alakultak-e ki új hasznos szokások/jó gyakorlatok a munkavégzés során a COVID-19 időszakban. A kérdésekre adott legtöbb válasz az lett, hogy részben, jelent meg néhány hasznos új gyakorlat a napi munkavégzésben (46,4%), és a nem változott semmit is 46,1% jelölte meg. Mindösszesen a válaszadók 7,5%-a válaszolt igennel a kérdésre. Ezek az online meetingek, találkozók, konferenciák lebonyolítása, online értékesítés, digitális eszközök nagyobb mértékű használata, kevesebb „papírmunka”, családdal töltött minőségi idő, nagyobb odafigyelés az étkezésre, sportolásra, higiéniára.

Ehhez kapcsolódott egy másik nyitott kérdésünk is, hogy mi volt az a szokás, amit muszáj volt beépítenie a válaszadóknak a hétköznapi életükbe, és nem kedvelték meg. A legtöbben a maszkot és a kézfertőtlenítést jelölték meg, de sokan jelezték az otthoni tanulást a gyermekekkel, mivel a „tanárok csak kiadták az anyagot”, és a „vásárlási idősavot”. A válaszok között találunk olyat is, hogy „a munkaidő meghosszabbodása, 8 óra helyett napi 10-12 óra”, „elszámoltatás az otthon töltött időről”, „extrém sok telefon és gép előtt töltött idő”, „főzés”, „társasági élet 0-ra redukálása”, és sokan nehezményezték az előző kérdésben kapott válaszokat, hiszen az online meetingek, telefonhívások valakinek terhet jelentett.

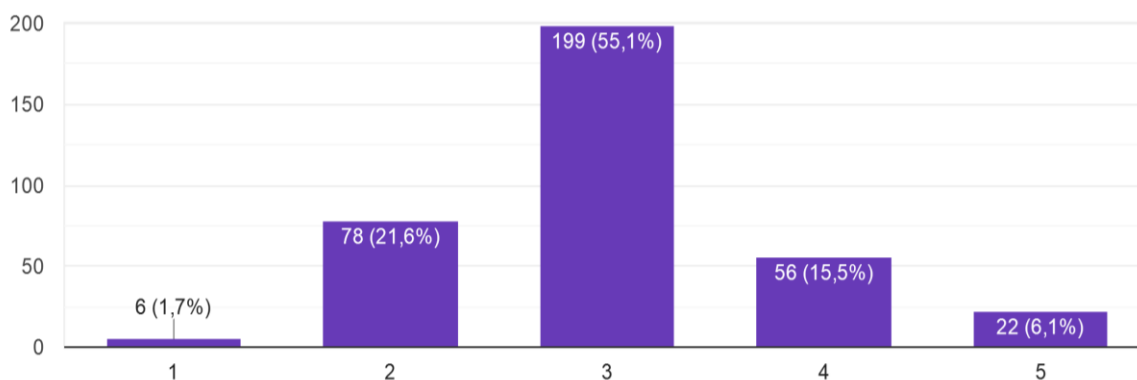
A válaszadók többségének (63,3%) nem kellett a „home office”-hoz új eszköz beszerzése, és csak 19,3%-nak volt rá szüksége. Amennyiben erre szükség volt, a válaszadók 8,8%-a 50 ezer Forintig költött erre, és mindössze a válaszadók 5,5%-nak volt szüksége online előfizetésre, amely 5 ezer Forintig terjedt ki.

2.2. Magánélet/személyes kapcsolatok

Azt mindenképpen leszögezhetjük, hogy a társadalmi távolságtartás és a karantén-kötelezettségek jelentősen megterhelték az egyén érzékeny érzelmi szféráját (*Di Renzo et. al., 2020*). Ezért ebben a témakörben arról kérdeztük meg a kérdőívet kitöltőket, hogy 1-től 5-ig értékeljék, hogy általában hogyan változott meg a kapcsolata a környezetével és a válaszadókkal egy háztartásában élőkkel a COVID-19-járvány ideje alatt? Az alábbiak közül választhattak: 1 –teljes mértékben megromlott, 2 - valamelyest megromlott, 3 – semmit nem változott, 4 – kisebb javulás tapasztalható, 5 – nagymértékű javulás tapasztalható.

A környezettel való kapcsolatukban a válaszadók leginkább a 3-as választ jelölték meg, tehát 199 fő szerint nem változott semmit a kapcsolata a környezetével. 56 fő szerint kisebb javulás, míg 22 fő szerint jelentős javulás volt tapasztalható a környezettel való kapcsolatában. 78 fő szerint kismértékben és 6 fő szerint jelentősen romlott a környezettel való kapcsolata. A kérdésre adott válaszokat megnéztük a lowest to boxes és a top 2 boxes módszerrel, a két legkedvezőtlenebb eredményt (1 és 2 válaszok), és a két legkedvezőbb válasz (4 és 5 válasz) is meghatároztuk. Összességében a válaszadók 55%-nak a környezeti kapcsolatai változatlanok maradtak, míg a válaszadók 23%-nak negatív irányú volt a változás (lowest to boxes - 1 és 2 válaszok), és 22%-nak pedig pozitív irányú (top 2 boxes - 4 és 5 válasz). Mindez megtekinthető a 4. ábrán.

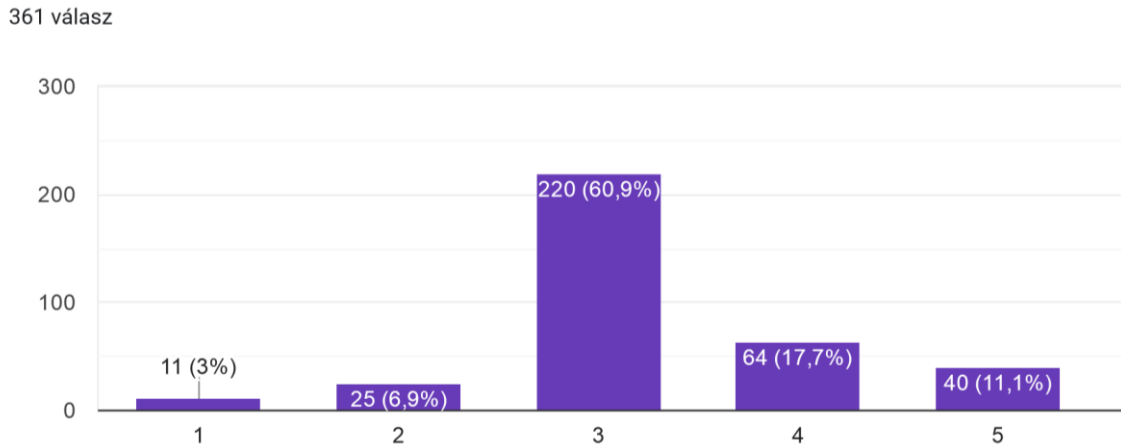
361 válasz



4. ábra: A válaszadók kapcsolata a környezetével a COVID-19-járvány ideje alatt
Figure 4: The respondents' relationship with their environment during the COVID-19 pandemic

Forrás: saját készítés a kutatás adatai alapján, 2020

Az 5. ábrán arra a kérdésre láthatjuk a választ, hogy a válaszadónak hogyan változott meg a kapcsolata a vele egy háztartásban élőkkel. Itt is az előző kérdéshez hasonló válaszok születtek, azaz a válaszadók többségének nem változott semmit a kapcsolata a családjával, ez a mintából 220 fő, azaz a sokaság 61%. Kisebb (3%) vagy nagyobb (7%) mértékben történt negatív irányba változás a megkérdezettek 10%-nál (lowest to boxes), pozitív irányban viszont a megkérdezettek majdnem 29%-nál történt elmozdulás (top 2 boxes). Kisebb mértékű javulás volt megfigyelhető a megkérdezettek 17,7%-nál, és nagymértékű javulás volt tapasztalható 11,1%-nál.



5. ábra: A válaszadó kapcsolata a vele egy háztartásban élőkkel a COVID-19- ideje alatt
Figure 5: The respondent's relationship with those living in the same household during COVID-19

Forrás: saját készítés a kutatás adatai alapján, 2020

A magánélethez kapcsolódó kérdések közül a soron következő konkrét személyekre kérdezték rá a válaszadó környezetében, hogy a felsorolt személyek közül, kivel hogyan változott meg a kapcsolata. A megkérdezettek válaszai alapján a legtöbb esetben nem történt változás, a leginkább a távoli rokonok esetében megfigyelhető az, hogy a válaszadók a 3-as választ jelölték meg (275 fő). A leginkább pozitív irányba a házastárral/élettárral, a szülőkkel és a gyermekkel változott meg a kapcsolat, tehát a szűk, közvetlen környezetben élőkkel javult a kapcsolat a járvány ideje alatt, hiszen leginkább egymásra számíthattak.

Ezután arra voltunk kíváncsiak, hogy volt-e olyan konkrét személy, akire a válaszadó támaszkodhatott a COVID-19-járvány és a karantén idején. A válaszadók közül 157 fő egyértelműen igennel válaszolt a kérdésre, jelezve, hogy több személy is volt, akire támaszkodhattak (a minta 43,4%-a). A sokaság 39%-a jelölte meg, hogy igen, volt olyan személy, akire számíthatott, tehát összesen a válaszadók 82,4%-nak volt kire támaszkodni a járvány idején. Csupán 17,7% választotta a nemet, azaz nem számíthatott senkire a karantén idején.

Ezt követően nyitott kérdésben kérdeztünk rá azokra a személyekre, akikre a válaszadó számíthatott, több válasz megjelölésére is volt lehetőségük. Ezzel a kérdéssel arra kerestük a választ, hogy ki lesz az a személy, akít a legtöbbször megjelölnék a megkérdezettek, tehát a móduszra (a leggyakrabban előforduló elemre) voltunk kíváncsiak. Így a legtöbbet választott válaszlehetőség a házastárs/élettárs volt (220 fő), majd a szülők (167 fő), gyermek (93 fő), és egyéb rokon (89 fő).

Mindeddig a COVID-19 járvány népességre gyakorolt pszichológiai hatásaira vonatkozó információk, kutatások továbbra is korlátozottak. A kutatók valójában főleg a fertőzött betegek epidemiológiájának és klinikai jellemzőinek, a vírusgenomikai jellemzések és a kormányzati kihívásoknak, az egészségügyi és a gazdasági területeken történő változások figyelembevételére összpontosítottak (Di Renzo et. al., 2020).

A COVID-19 járvány, a kijárási korlátozások és a társadalmi távolságtartás megváltoztatták a fogyasztási és vásárlási szokásokat. A fogyasztók alkalmazkodnak, és új szokások fognak kialakulni a technológiai fejlődés, a demográfiai változások és az innovatív módszerek révén (Sheth, 2020).

2.3. Egészségügyi állapot

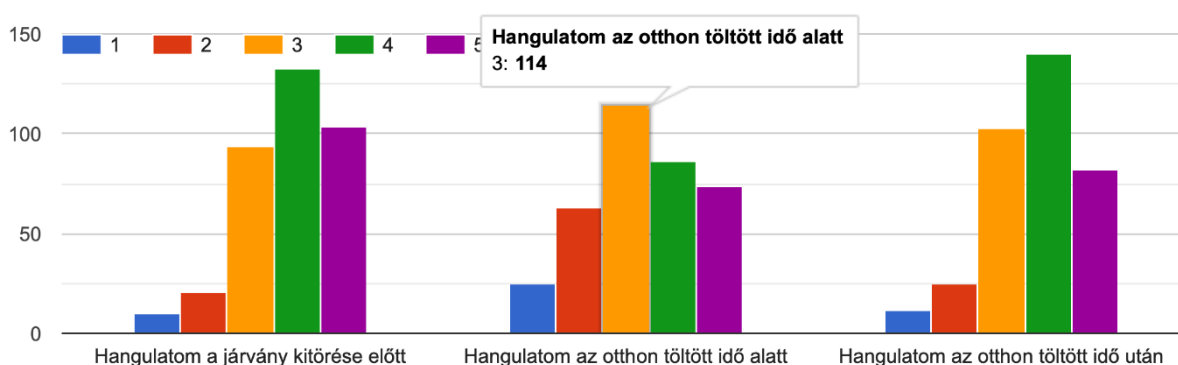
Az egészségügyi állapot vizsgálata során azt kérdeztük meg, hogy a megkérdezettek hangulata érintette-e az egészségi állapotukat. A válaszadók közel 80 %-a azt jelölte meg, hogy egyáltalán nincs hatással, illetve kismértékben hatott az egészségi állapotára a hangulatváltozása. A fennmaradó közel 20% viszont az egészségügyi állapotban bekövetkező változást jelölte meg. Egy későbbi kérdésben ezen változás irányára is rákérdeztünk, ahol kétszer annyian jelölték meg a negatív, mint a pozitív hatást.

A következőkben állításokkal arra voltunk kíváncsiak, hogy a válaszadók közül milyen egyéb hatások jellemezték a megkérdezetteket, amely hatások befolyásolhatták az egészségi állapotukat. A következő eredményeket kaptuk: a megkérdezettek közel 46 %-nak nem volt ideje sportolni, míg 32 % sportolásra fordította a szabadidejét. A top 2 boxes módszer alapján megállapítható, hogy a válaszadók jelentős része (több mint 116 fő jelölte meg), hogy szabadidejében többet sportolt, 137 fő szabad idejét saját kedve szerint tudta eltölteni. Ugyanezt a top 2 boxes csoportképző módszert alkalmazva az állításokkal kapcsolatban megállapítható, hogy 142 főnek több szabad ideje lett, 163 fő több minőségi időt tudott a családjával tölteni, és 130 főnek többet kellett dolgoznia, mint azt megelőzően. A válaszadók közül 168 fő azt jelölte meg, hogy a családban és a háztartásban több teendője lett, 140 fő megjelölte, hogy gyakran érezte magát fáradtnak és kimerültnek. A lowest to boxes módszert alkalmazva vizsgáltunk meg néhány állítást, így megállapítást nyert, hogy 145 főnek kevesebb volt a szabad ideje az azt megelőző időszakokkal összehasonlítva, ellenben kevésbé volt stresszes vagy ingerült ebben az időszakban (169 fő), és 72% arról nyilatkozott, hogy ezen időszak alatt elkerülték a kisebb panasszal járó megbetegedések. A fenti eredményeket summázva megállapítható, hogy a megkérdezettek egészségére inkább pozitív hatással voltak az otthoni karantén alatt eltöltött idő.

2.4. Mentális helyzet

A mentális helyzet vizsgálatakor a megkérdezettek hangulatában bekövetkező változást szerettük volna felmérni, hogy hogyan változott a járvány első hulláma előtt, alatt és közvetlen utána. Az alábbi 6. ábrán láthatóak az eredmények, mely szerint az emberek túlnyomó többségének a járvány ideje alatt inkább romlott a hangulata, míg azt követően többségében visszaállt a járvány előtti állapot. Egy következő kérdésre kapott válaszokból az is kiderült, hogy a munkahelyi kapcsolatokra egyáltalán nem volt hatással a hangulatban bekövetkező változás, mindösszesen 8%-a a megkérdezetteknek válaszolta azt, hogy jelentős hatással volt. A válaszadók közel 50% azt nyilatkozta, hogy számára nagyon hiányzott a korábban megszokott napirend, és ez okozott negatív hatást a hangulatában.

Kérem 1-5-ig terjedő skálán értékelje, hogyan ítéli meg saját hangulatát (1 - egyáltalán nem éreztem jól magam, 5 - nagyon jól éreztem magam):



6. ábra: A válaszadó hangulata a COVID-19 járvány során

Figure 6: The mood of the respondent during COVID-19

Forrás: saját készítés a kutatás adatai alapján, 2020

A megkérdezettek 58 %-a azt nyilatkozta, hogy nem örülne neki, ha egy újabb hullám hasonló otthoni karantén helyzetet eredményezne, a válaszadók 34 % százalékát nem zavarná, míg 8 % kifejezetten örülne neki, hogy újra otthonról dolgozhat. A válaszadók közel 26 %-ának kialakult számos új szokás / jó gyakorlat a magánéletébe, amelyet szívesen folytatnak hosszútávon is. Az új szokások tekintetében az online ételrendelést és kiszállítást, ruha és műszaki cikkek vásárlását jelölték meg első helyeken, de az online találkozók és értekezletek is 100 feletti szavazatot kaptak, mint kialakult új szokás. A

válaszadók kiemelték a higiénés körülményekre való komolyabb odafigyelést és az átgondoltabb vásárlást is.

Más szerzők is hasonló tapasztalatokról számolnak be, hiszen bizonyos termékek kereslete jelentősen megnőtt a járvány következtében, ilyenek a higiéniai termékek, az ételek, az otthoni munkavégzést szolgáló eszközök és ezek mellett a kertészkedéshez és a sportoláshoz kapcsolódó áruk (*Internet 2.*).

A válaszadók többsége 32 fő a maszk viselését jelölte meg, mint a legkevésbé kedvelt, csak kényszerből kialakult új szokást, de többen panaszkodtak a rengeteg online találkozóra, vagy online előadásokra való részvételre is.

3. Következtetések javaslatok

A felmérés eredményei azt mutatják, hogy a világjárvány, és az ebből fakadó társadalmi távolságtartás következtében alapvetően megváltoztak a fogyasztók munkavégzéssel, étkezéssel, kapcsolattartással és egészségvédelemmel kapcsolatos szokásai. Fontosnak tartjuk megemlíteni, hogy a kutatás eredményei és az abból levont következtetések csak a rövid távú hatásokra helyezik a hangsúlyt.

A válaszadók szerint a munkahelyi környezetre volt leginkább hatással a járvány, a magánéletük tekintetében számos új szokás jelent meg, amelyeket szívesen folytatnak a jövőben is. Az egészségügyi állapotokra tekintetében úgy vélték egyáltalán nincs hatással. A mentális állapot tekintetében a többség nem számolt be releváns változásról, viszont a megkérdezettek közel 10 százaléka mentálisan is érintett lett a járvány következtében. A megkérdezettjeink válaszai alapján levontuk azt a következtetést, hogy a terciér és a kvaterner szektorban dolgozóknak volt/van lehetőségük leginkább otthonról végezni munkájukat, míg a primer és szekunder szektor dolgozóinak erre nincs lehetősége, hiszen az ő munkájuknál személyes kontaktus szükséges a munkavégzéshez. A munkahelyek így mintegy rizikófaktorra váltak a COVID-19 járvány idején az emberek egy része a munkájuk miatt nem tudja izolálni magát karanténba vagy „home office”-ba, mert az adott ágazat nem teszi ezt lehetővé. Azok a megkérdezettek, akiknek volt lehetőségük „home office”-ban dolgozni, közel hasonló hatékonysággal tudták a munkájukat elvégezni. Ez alapján lehetne javasolni azokban a szektorokban a „home office” gyakoribb alkalmazását a dolgozók körében, akiknek ezt a munkaköre megengedi. Ezzel a hosszú távon is fenntartható megoldással (csökkenteni a társas interakciók számát a munkahelyen) a vírus megfékezését elő lehetne segíteni, így az egészségügyi kockázatot lehetne mérsékelni.

A munkába járás idejét megspórolva a válaszadók egyrésze hasznosan töltötte el: sportolással, házimunkával, értékes én idővel. Ezzel is elősegíthető a munkavállalók egészségügyi és mentális helyzetének javítása a járvány hatásának ellensúlyozására. Az eredmények alapján azt a megállapítást tehetjük, hogy a „home office” elősegítheti munkavállalók kedvezőbb mentális és egészségi állapotának fenntartását, hatékonyabbá válik a munkavégzés, és csökkenthető a társas interakciók száma, ezzel a COVID járvány terjedése. Így a járvány terjedésének megfékezésére a vállalkozások körében javasoljuk a „home office” bevezetését, amennyiben a vállalkozás profilja és a munkavállaló munkaköre ezt megengedi.

Összefoglalás

Napjaink egyik kiemelkedő fontosságú témája a COVID-19 járvány és annak az emberekre gyakorolt hatása. Számos szakirodalom foglalkozik ezzel a kérdéskörrel már, amelyeknek egy jelentős részét figyelembe vettük a kérdőívünk összeállításakor. A kutatás során a hazai lakosság körében mértük fel, hogy az élet egyes területein milyen változásokat hozott a COVID-19 járvány az életünkbe. A mindösszesen 362 kitöltőnk eredménye nem tekinthető reprezentatívnak természetesen az egész lakosságra vonatkozóan, viszont adnak egy fajta képet a magánéleti, munkahelyi, egészségügyi és mentális helyzetükben bekövetkezett változásokról. A kapott válaszokból sikerült egy olyan általános helyzetképet kapnunk a megkérdezettek körében, hogy az őket hogyan érintette a fent említett aspektusokból a COVID-19 járvány következtében átalakult körülmények a munkában és a magánéletben. Új szokások alakultak ki, amelyek komfortosabbá tették számukra a mindennapokat és a praktikusságukból adódóan a pandémiás körülmények megszűnését követően is szívesen megtartják (pl.: „home office”, online vásárlás, online megbeszélések stb.). Természetesen voltak olyan kényszerűségekből felvett szokások, amelyek terhet jelentettek mindösszesen (pl.: a maszk használat, a

vásárlási időszáv stb.), de a helyzet megkövetelte. Számos hasznos egyéb, új szokás alakult ki, amelyeket a szükség alakított ki, sokkal rugalmasabban és könnyebben mozognak például az online térben a vásárlóink, tehát javultak a technológiai, számítógép felhasználói képességei. Az online ételek, ruhák és műszaki cikkek vásárlása szinte napi rutinná vált a mintánkban, akárcsak az online értekezletek és találkozók, ezek összességében hatékonyság javulását eredményezték. Az összezártság a többségénél nem jelentett minőségi változást a kapcsolatok terén, voltak negatív és pozitív irányú szélsőséges válaszok is, de csak kis mértékben, viszont az egy háztartásban élőkkel való kapcsolat inkább pozitív irányba mozdult el a válaszokat tekintve. Természetesen a bezártságnak, a „home office”-nak vannak hátrányai, amelyeket nem vizsgáltunk, de rövidtávon hatékony eszköznek tartjuk a járvány megfékezésére, a munka és a „hagyományos élet/munkarend” fenntartásában.

Irodalomjegyzék

1. Alhousseini, N., & Alqahtani, A. (2020): „*COVID-19 pandemic's impact on eating habits in Saudi Arabia.*” *Journal of Public Health Research*, 9(3). <https://doi.org/10.4081/jphr.2020.1868>
2. Antunes R, Frontini R, Amaro N, Salvador R, Matos R, Morouço P, Rebelo-Gonçalves R. (2020): „*Exploring Lifestyle Habits, Physical Activity, Anxiety and Basic Psychological Needs in a Sample of Portuguese Adults during COVID-19*”. In: *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020; 17(12):4360. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph17124360>.
3. Carteni A., Di Francesco L., Martino M. (2020): „*How mobility habits influenced the spread of the COVID-19 pandemic: Results from the Italian case study*”. In: *Science of The Total Environment*, Volume 741, 2020. ISSN 0048-9697. <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2020.140489>.
4. Cheikh Ismail L, Osaili Tm, Mohamad Mn, Al Marzouqi A, Jarrar Ah, Abu Jamous Do, Magriplis E, Ali Hi, Al Sabbah H, Hasan H, Al Marzooqi Lmr, Stojanovska L, Hashim M, Shaker Obaid Rr, Saleh St, Al Dhaheri As. (2020): „*Eating Habits and Lifestyle during COVID-19 Lockdown in the United Arab Emirates: A Cross-Sectional Study*”. In: *Nutrients*. 2020; 12(11):3314. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu12113314>.
5. Conticini E., Frediani B., Caro D. (2020): „*Can atmospheric pollution be considered a co-factor in extremely high level of SARS-CoV-2 lethality in Northern Italy?*” In: *Environmental Pollution*, Volume 261, 2020, 114465, ISSN 0269-7491. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.envpol.2020.114465>.
6. Di Renzo, L.; Gualtieri, P.; Cinelli, G.; Bigioni, G.; Soldati, L.; Attinà, A.; Bianco, F.F.; Caparello, G.; Camodeca, V.; Carrano, E.; Ferraro, S.; Giannattasio, S.; Leggeri, C.; Rampello, T.; Lo Presti, L.; Tarsitano, M.G.; De Lorenzo, A. (2020): „*Psychological Aspects and Eating Habits during COVID-19 Home Confinement: Results of EHLC-COVID-19 Italian Online Survey*”. *Nutrients* 2020, 12, 2152.
7. Internet 1.: <https://coronavirus.jhu.edu/map.html>
8. Internet 2.: <https://gkidigital.hu/2020/09/02/koronavirus-e-kereskedelem-oki-2020/>
9. H. Liu, X. Bai, H. Shen, X. Pang, Z. Liang, Y. Liu (2020): „*Synchronized Travel Restrictions Across Cities Can Be Effective in COVID-19 Control*”. DOI: 10.1101/2020.04.02.20050781.
10. Martínez-De-Quel O., Suárez-Iglesias D., López-Flores M., Ayán Pérez C. (2021): „*Physical activity, dietary habits and sleep quality before and during COVID-19 lockdown: A longitudinal study*”. In: *Appetite*, Volume 158, 2021, 105019, ISSN 0195-6663. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.105019>.
11. Meißner M., Pfeiffer J., Peukert C., Dietrich H., Pfeiffer T. (2020): „*How virtual reality affects consumer choice*”. In: *Journal of Business Research*, Volume 117, 2020, Pages 219-231, ISSN 0148-2963. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2020.06.004>.
12. Pellegrini M, Ponzio V, Rosato R, Scumaci E, Goitre I, Benso A, Belcastro S, Crespi C, De Michieli F, Ghigo E, Broglio F, Bo S. (2020): „*Changes in Weight and Nutritional Habits in Adults with Obesity during the “Lockdown” Period Caused by the COVID-19 Virus Emergency*”. In: *Nutrients*. 2020; 12(7):2016. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu12072016>.
13. Pluchino, A., Inturri, G., Rapisarda, A., Biondo, A.E., Moli, R.L., Zappala, C., Giuffrida, N., Russo, G., Latora, V. (2020): „*A novel methodology for epidemic risk assessment: the case of COVID-19 outbreak in Italy*”. arXiv preprint arXiv:2004.02739.

14. H. Qi, S. Xiao, R. Shi, M. P. Ward, Y. Chen, W. Tu, Q. Su, W. Wang, X. Wang, Z. Zhang (2020): “COVID-19 transmission in Mainland China is associated with temperature and humidity: A time-series analysis”. In: Science of The Total Environment, Volume 728, 2020, 138778, ISSN 0048-9697. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2020.138778>.
15. Reyes-Olavarría, D.; Latorre-Román, P.Á.; Guzmán-Guzmán, I.P.; Jerez-Mayorga, D.; Caamaño-Navarrete, F.; Delgado-Floody, P. (2020): “Positive and Negative Changes in Food Habits, Physical Activity Patterns, and Weight Status during COVID-19 Confinement: Associated Factors in the Chilean Population”. In: International Journal Environment Res. Public Health 2020, 17, 5431.
16. Sánchez-Sánchez, E.; Ramírez-Vargas, G.; Avellaneda-López, Y.; Orellana-Pecino, J.I.; García-Marín, E.; Díaz-Jimenez, J. (2020): “Eating Habits and Physical Activity of the Spanish Population during the COVID-19 Pandemic Period”. In: Nutrients 2020, 12, 2826. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu12092826>.
17. Sheth, J. (2020): “Impact of Covid-19 on consumer behavior: Will the old habits return or die?” In: Journal of Business Research. Volume 117, September 2020, p 280-283. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2020.05.059>
18. P. Shi, Y. Dong, H. Yan, C. Zhao, X. Li, W. Liu, M. He, S. Tang, S. Xi (2020): “Impact of temperature on the dynamics of the COVID-19 outbreak in China”. In: Science of The Total Environment, Volume 728, 2020, 138890, ISSN 0048-9697. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2020.138890>.
19. Sidor, A.; Rzymiski, P. (2020): “Dietary Choices and Habits during COVID-19 Lockdown: Experience from Poland”. Nutrients 2020, 12, 1657.
20. Soós G. (2020): „Az ételmiszer-fogyasztói szokások változása a COVID-19 vírus megjelenéséhez kapcsolódóan Magyarországon” Marketing & Menedzsment, 54 (3), o. 15-27. doi: 10.15170/MM.2020.54.03.02
21. Szakály Z. – Szabó G. G. (2009): „Az ételmiszer-önrendelkezés aspektusainak elemzése termelői és fogyasztói szemszögből”. In: LI. Georgikon Napok Konferencia kiadvány, ISBN: 978-963-9639-35-5. Keszthely, 2009. október 1-2. p. 861-870.
22. R. Tosepu, J. Gunawan, D. Savitri Effendy, L. O. Ali Imran Ahmad, H. Lestari, H. Bahar, P. Asfian (2020): „Correlation between weather and Covid-19 pandemic in Jakarta, Indonesia”. In: Science of The Total Environment, Volume 725, 2020, 138436, ISSN 0048-9697. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2020.138436>.
23. Velavan, T. P. –Meyer, C. G. (2020): „The COVID-19 epidemic”. In: Tropical Medicine & International Health. 2020 March; 25 (3): 278–280. Published online 2020 Feb 16. doi: 10.1111/tmi.13383
24. Vicario-Merino A, Muñoz-Agustin N. (2020): “Analysis of the Stress, Anxiety and Healthy Habits in the Spanish COVID-19 Confinement”. Health Science J. 14 No. 2: 707.
25. World Health Organization - WHO (2020): „Novel coronavirus (2019-nCoV). Situation report” 77. 2019. Accessed March 30, 2020. https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200301-sitrep-41-covid-19.pdf?sfvrsn=6768306d_2.
26. J. Xie, Y. Zhu (2020): „Association between ambient temperature and COVID-19 infection in 122 cities from China”. In: Science of The Total Environment, Volume 724, 2020, 138201, ISSN 0048-9697, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2020.138201>.
27. Wu, X., Nethery, R.C., Sabath, B.M., Braun, D., Dominici, F. (2020): „Exposure to Air Pollution and COVID-19 Mortality in the United States”. In: Science Advances, 04 Nov 2020, Vol. 6, No. 45, DOI: 10.1126/sciadv.abd4049
28. Y. Wu, W. Jing, J. Liu, Q. Ma, J. Yuan, Y. Wang, M. Du, M. Liu (2020): „Effects of temperature and humidity on the daily new cases and new deaths of COVID-19 in 166 countries”. In: Science of The Total Environment, Volume 729, 2020, 139051, ISSN 0048-9697. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2020.139051>.